

March 2023

Hispanic Brotherhood Inc.

124 Greenwich Street, Hempstead, NY 11550

(516) 766-6610



Nassau County Office for the Aging

This program is made possible with funding from the Nassau County Department of Human Services, Office for the Aging through the New York State Office for the Aging and the U. S. Administration on Aging

Monday

Tuesday

Wednesday

Thursday

Friday

<p><i>“Sea como las flores, ellas en cada primavera se renuevan...”</i></p> 		<p>1</p> <p>9:30AM- CAFÉ Y ANUNCIOS 10AM- TIEMPO DE SOCIALIZAR 11AM- PROMOCION DE SALUD: CLASE DE EJERCICIOS DE VICTORIA 12PM- HORA DE ALMUERZO 1PM- BINGO O DOMINO</p>	<p>2</p> <p>9:30AM- CAFÉ Y ANUNCIOS 10AM- TIEMPO DE SOCIALIZAR 11AM- BINGO O DOMINO 12PM- HORA DE ALMUERZO 1PM- PROMOCION DE SALUD: CLASE DE YOGA DE SANDYE</p>	<p>3</p> <p>Yoga</p> 
<p>6</p>	<p>7</p> <p>9:30AM- CAFÉ Y ANUNCIOS 10:30AM- CLASE DE NUTRICION POR PAUL: NUTRIENTES IMPORTANTES Y SUPLEMENTOS 11:30AM- TIEMPO DE SOCIALIZAR 12PM- HORA DE ALMUERZO 1PM- BINGO O DOMINO</p>	<p>8</p> <p>9:30AM- CAFÉ Y ANUNCIOS 10AM- TIEMPO DE SOCIALIZAR 11AM- PROMOCION DE SALUD: CLASE DE EJERCICIOS DE VICTORIA 12PM- HORA DE ALMUERZO 1PM- BINGO O DOMINO</p>	<p>9</p> <p>9:30AM- CAFÉ Y ANUNCIOS 10AM- TIEMPO DE SOCIALIZAR 11AM- BINGO O DOMINO 12PM- HORA DE ALMUERZO 1PM- PROMOCION DE SALUD: CLASE DE YOGA DE SANDYE</p>	<p>10</p>
<p>13</p> <p>Ejercicios</p> 	<p>14</p> <p>9:30AM- CAFÉ Y ANUNCIOS 10AM- TIEMPO PARA SOCIALIZAR 11AM- HOJAS DE JUEGO PARA ESTIMULAR LA MENTE 12PM- HORA DE ALMUERZO 12:30AM – PASTEL DE CUMPLE! 1PM- BINGO O DOMINO</p>	<p>15</p> <p>9:30AM- CAFÉ Y ANUNCIOS 10AM- TIEMPO DE SOCIALIZAR 11AM- PROMOCION DE SALUD: CLASE DE EJERCICIOS DE VICTORIA 12PM- HORA DE ALMUERZO 1PM- BINGO O DOMINO</p>	<p>16</p> <p> FIESTA DE San Patricio</p> <p>9:30AM- CAFÉ Y ANUNCIOS 10AM- TIEMPO DE SOCIALIZAR 11AM- BINGO O DOMINO 12PM- HORA DE ALMUERZO 1PM- PROMOCION DE SALUD: CLASE DE YOGA DE SANDYE</p>	<p>17</p> <p></p>

Monday

Tuesday

Wednesday

Thursday

Friday

<p style="text-align: right;">20</p> 	<p style="text-align: right;">21</p> <p>9:30AM- CAFÉ Y ANUNCIOS 10AM- TIEMPO DE SOCIALIZAR 11AM- TALLER ESPECIAL POR CORNELL COOPERATIVE EXTENSION: PLANTAS DE INTERIOR <i>(espacio limitado)</i> 12PM- HORA DE ALMUERZO 1PM- BINGO O DOMINO</p>	<p style="text-align: right;">22</p> <p><i>Cumpleaños de marzo</i></p> <p>9:30AM- CAFÉ Y ANUNCIOS 10AM- TIEMPO DE SOCIALIZAR 11AM- PROMOCION DE SALUD: CLASE DE EJERCICIOS DE VICTORIA 12PM- HORA DE ALMUERZO 1PM- BINGO O DOMINO</p>	<p style="text-align: right;">23</p> <p>9:30AM- CAFÉ Y ANUNCIOS 10AM- TIEMPO DE SOCIALIZAR 11AM- BINGO O DOMINO 12PM- HORA DE ALMUERZO 1PM- PROMOCION DE SALUD: CLASE DE YOGA DE SANDYE</p>	<p style="text-align: right;">24</p>
<p style="text-align: right;">27</p>	<p style="text-align: right;">28</p> <p>9:30AM- CAFÉ Y ANUNCIOS 10AM- TIEMPO DE SOCIALIZAR 11AM- TALLER DE PROJECT HOPE: LA COMPASIÓN PROPIA POR LOU ANNE 12PM- HORA DE ALMUERZO 1PM- BINGO O DOMINO</p>	<p style="text-align: right;">29</p> <p>9:30AM- CAFÉ Y ANUNCIOS 10AM- TIEMPO DE SOCIALIZAR 11AM- PROMOCION DE SALUD: CLASE DE EJERCICIOS DE VICTORIA 12PM- HORA DE ALMUERZO 1PM- BINGO O DOMINO</p>	<p style="text-align: right;">30</p> <p>9:30AM- CAFÉ Y ANUNCIOS 10AM- TIEMPO DE SOCIALIZAR 11AM- BINGO O DOMINO 12PM- HORA DE ALMUERZO 1PM- PROMOCION DE SALUD: CLASE DE YOGA DE SANDYE</p>	<p style="text-align: right;">31</p> 



BRUCE A. BLAKEMAN
 NASSAU COUNTY EXECUTIVE

INFORMACION IMPORTANTE!

Horas de operación: 9:30am – 2:00pm

Contribución sugerida por almuerzo: \$3.00

Contribución sugerida para transportación ida y vuelta, talleres y clases de ejercicios: \$2.00

Celebración de cumpleaños: 22 de Marzo, 2023

RESERVACIONES REQUERIDA PARA TODAS ACTIVIDADES. LLAME AL 516-483-6018 PARA RESERVAR SU ALMUERZO Y SU ASIENTO PARA LAS CLASES DE EJERCICIOS.